

## Ułożenie chorego w pozycji bocznej ustalonej

*Maria Kózka*

Pozycja zapewniająca drożność dróg oddechowych u chorego nieprzytomnego z zachowanym oddechem własnym.

U każdego chorego nieprzytomnego oddychającego spontanicznie istnieje ryzyko niedrożności dróg oddechowych w wyniku zapadania się języka lub aspiracji wymiocinami. Należy zatem ułożyć chorego w pozycji bocznej ustalonej (tzw. „bezpiecznej” lub Simsa).

### **Cel:**

- anatomiczne udrożnienie dróg oddechowych bez potrzeby stosowania dodatkowych urządzeń;
- zapewnienie odpływu wydzieliny z jamy ustnej.

### **Wskazania:**

- każdy chory nieprzytomny z zachowanym oddechem.

**Uwaga! Nie dotyczy chorych podejrzanych o uraz kręgosłupa.**

### **Przebieg wykonania:**

- ratownik (lekarz, pielęgniarka czy inna osoba udzielająca pomocy) klęka po stronie lewej obok pacjenta;
- kończynę dolną (prawą) pacjenta położyć bliżej udzielającego pomocy zgięną w stawie kolanowym i biodrowym;
- kończyna dolna położona dalej od udzielającego pomocy zostaje wyprostowana;
- kończynę górną pacjenta położyć dalej od udzielającego pomocy zgięną w stawie łokciowym i przekłada chorego na brzuch;
- kończynę górną pacjenta położyć bliżej wsuwa pod pośladki;
- ostrożnie chwytając pacjenta pod barkiem i siedzeniem, np. za pasek spodni i obraca na bok;
- głowę pacjenta odgina ku tyłowi, a twarz zwraca nieco skośnie ku dołowi – umożliwienie samoczynnego odpływu na zewnątrz treści z jamy ustnej i gardła;

- dłoń ręki układa pod policzkiem dla ustalenia pozycji głowy;
- drugą rękę ostrożnie przeciąga pod tułowiem ku tyłowi i układa grzbietem do podłoża – zabezpieczenie przed przewróceniem na wznak.

## BIBLIOGRAFIA

1. Kamiński B., Dziak A.: *Postępowanie w stanach zagrożenia życia*. PZWL, Warszawa 1997.
2. Meuret G.H., Löllegen H. (tłumaczył: Müller P.): *Podstawy reanimacji*. Medycyna Praktyczna, Kraków 1993.
3. Sych M.: *Atlas podstawowych zabiegów reanimacyjnych*. PZWL, Warszawa 1982.
4. Sych M.: *Resuscytacja. Teoria i praktyka ożywiania*. PZWL, Warszawa 1995.